

أفضل الوصفات والتركيبات لعلاج مشكلة تساقط الشعر

أسباب تساقط الشعر تختلف من فرد إلى آخر، غير أن هناك العديد من الوصفات الطبيعية التي تساعد في تقليل معدل تساقط الشعر ومنع حدوث المزيد من الأضرار لشعرك، إليك أفضل الوصفات الطبيعية لعلاج تساقط الشعر:

- وصفة الزعتر لعلاج تساقط الشعر:

المكونات: 4 ملاعق زعتر + كوب ماء.

الطريقة: يوضع الزعتر على الماء ويرفع على النار حتى الغليان، يترك الخليط حتى يغلي لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويدلك به فروة الرأس يوميا لمدة 15 يوم.

- وصفة خل نبتة القراص لتقوية الشعر ومنع تساقطه:

المكونات: 200 جرام من نبتة قراص + 1 1/2 لتر خل.

الطريقة: يتم غلي كمية نبتة القراص في الخل لمدة 1/2 ساعة ثم يصفى المزيج ويوضع في زجاجة محكمة الغلق لحين الإستعمال، عند الإستعمال تبلل قطعة من القماش بكمية من خل القراص وتفرك بها فروة الرأس لتقوية الشعر وتعويض ما يسقط منه.

- وصفة الحبة السوداء وزيت الزيتون لتقوية الشعر ومنع تساقطه:

المكونات: مطحون الحبة السوداء + عصير الجرجير + ملعقة خل التفاح + كوب زيت زيتون.

الطريقة: يخلط مطحون الحبة السوداء مع عصير الجرجير وخل التفاح وزيت الزيتون، وتدلك فروة الرأس بالخليط يومياً في المساء ثم تغسل الرأس بالماء الدافئ والصابون.

- وصفة زيت الزيتون لمنع تساقط الشعر:

المكونات: مقدار من زيت الزيتون.

الطريقة: تدلك فروة الرأس بزيت الزيتون النقي في المساء وتغطي الرأس ثم تغسل الرأس في الصباح، يستمر استعمال هذه الوصفة لمدة أسبوع للحصول على نتائج ممتازة.

- وصفة مجموعة الزيوت الطبيعية لمنع تساقط الشعر:

المكونات: عمل تركيبة من الزيوت الطبيعية بمقادير متساوية 50 جرام من كل من: زيت الثوم وزيت اللوز وزيت الصبار وزيت الجرجير والكحول الأبيض بتركيز 70%.

الطريقة: تخلط جميع الزيوت السابقة جيداً ثم توضع في زجاجة محكمة الغلق وترج الزجاجة جيداً عند الإستعمال، وتستخدم هذه الوصفة على الشعر الجاف وذلك بتدليك فروة الرأس جيداً حتى التشبع، وتستعمل هذه الوصفة لمدة تتراوح من أسبوع إلى 3 أسابيع حسب درجة سقوط الشعر.

- الحنة والبيض لشعر قوي وطويل:

المكونات: كوب حناء + 2 بيضة + 1/2 كوب ماء أو شاي غير محلى.

الطريقة: تخلط المكونات جيداً وتوضع على الشعر لمدة تتراوح من 60 إلى 90 دقيقة ثم يغسل الشعر جيداً بالشامبو.

اختاري الآن أي من هذه الوصفات الطبيعية لعلاج تساقط الشعر وجربها، وحاولي أن تستشيري أيضاً طبيب متخصص فقد تكون التغذية عاملاً مسبباً لمشكلة تساقط الشعر وينبغي هنا وضع نظام غذائي مناسب لتقوية شعرك.